

I Tre Principi dell'Insegnamento

Date : October 30, 2016

Estratto dall' insegnamento dato da Chögyal Namkhai Norbu a Merigar West il 10 luglio 2016

Quando seguiamo qualsiasi tipo di insegnamento dobbiamo comprendere che ci sono sempre tre principi, altrimenti non riusciremo a capire che tipo di insegnamento sia e che beneficio possiamo avere. Questo non per giudicare se un insegnamento è migliore di un altro, ma è molto importante perché, se stiamo seguendo un insegnamento, dobbiamo comprenderne le caratteristiche, che dipendono dalla situazione. L'insegnamento va in accordo con le capacità di una persona, proprio come una medicina: per esempio, alcuni sono più interessati [all'insegnamento], altri hanno maggiori o minori capacità, altri ancora hanno una maggiore o minore conoscenza ecc... Quando siamo ammalati non possiamo prendere una medicina qualsiasi. Per sapere quale prendere dobbiamo andare da un dottore che ci visita e poi ci dà dei consigli. Questo significa che dipende dalla situazione e dalla condizione dell'individuo. La stessa cosa vale per l'Insegnamento.

Nell'Insegnamento ci sono tre principi che dobbiamo comprendere. In generale, nello Dzogchen chiamiamo questi tre principi la Base, la Via e il Frutto. Non sempre vengono usati questi stessi termini in tutte le tradizioni ma, anche se li chiamano in modo diverso, si tratta sempre degli stessi tre principi.

Vi farò l'esempio del Sutra. L'insegnamento Sutra è quello di Buddha a un livello più fisico. In questo insegnamento ci sono due veicoli, chiamati Hinayana e Mahayana. Hinayana significa 'veicolo minore', mentre Mahayana significa 'veicolo maggiore'. Perché un veicolo è considerato 'minore' e un altro 'maggiore'? Quando giudichiamo con la mente in maniera ordinaria, pensiamo subito che 'minore' sia meno importante e che 'maggiore' sia molto meglio. Il significato non è quello, ma si riferisce alle capacità dell'individuo. Molte persone non riescono ad aprirsi, lo possiamo capire se guardiamo alla vita di tutti i giorni. Molte persone rimangono sempre chiuse e non riescono nemmeno a comunicare con gli altri. Invece alcune sono sempre aperte, quindi possiamo capire che c'è una differenza.

Allo stesso modo, Mahayana significa più aperto. Hinayana, o 'veicolo minore' significa più chiuso, non aperto. (All'epoca) ascoltavano le parole di Buddha e consideravano perfetta qualsiasi cosa dicesse. Ma Buddha può manifestarsi in modi diversi, in circostanze diverse e insegnare in modi diversi. Buddha era un essere illuminato, non semplicemente qualcuno vissuto in India per alcuni anni, che ha manifestato il *parinirvana*, la morte, e poi è finita lì. Non possiamo limitare l'insegnamento di Buddha in questo modo. Se pensate così significa che siete chiusi, non aperti. Buddha, per esempio, ha insegnato agli esseri umani ma anche alle divinità, ai *naga* e a differenti classi di esseri senzienti, in forme differenti e in circostanze differenti. Buddha non insegnò esclusivamente in India ad alcuni studenti. Così potete comprendere che cosa significano 'chiuso' e 'aperto'.

I praticanti dell'Hinayana sono un po' in quel modo e per tale ragione, quando seguono

l'Insegnamento, prendono un voto. Che cosa significa prendere un voto? Significa controllare la propria esistenza: il corpo, la parola, la mente. Tra gli insegnamenti di Buddha ve ne sono alcuni che dicono che si possono fare certe cose ma non altre, così si segue tutto questo con un voto, considerando che ci si deve comportare in quel modo, insistendo che il voto è la sola via per la realizzazione.

Nel Mahayana non è così, anche se c'è rispetto per i voti perchè sono necessari per le persone che non hanno capacità. Nelle vita di tutti i giorni molti dicono che non vogliono bere molto, o che non vogliono fumare perchè hanno scoperto che queste cose sono molto negative per loro. Cercano di smettere molte volte, ma non ci riescono mai. Questo è il punto debole degli esseri umani. Per le persone in quella condizione l'unica soluzione è prendere un voto e rispettarlo. In questo modo hanno qualche possibilità [di riuscita]. Così nel sistema Hinayana si controllano corpo, voce e mente e non si commettono azioni negative. Si fa un voto e c'è una regola da seguire, se la si infrange non ci si sente a posto.

Nel Mahayana il principio non è quello. Se non si ha la capacità e bisogna prendere un voto, lo si può sempre prendere e applicarlo. Ma il principio del Mahayana si basa sulle intenzioni. Che tipo di intenzione avete? Buona o cattiva? Per esempio, se avete una buona intenzione e la mantenete accumulate buone azioni. Se siete un praticante Mahayana e avete una cattiva intenzione, a un certo punto lo scoprite. Sapete che se la seguite commettete azioni negative. Quindi non avete bisogno di un voto. Siete in grado di controllarvi. Quando sapete di avere una intenzione negativa, ve ne liberate e coltivate invece una buona intenzione. Andando avanti in questo modo non c'è problema.

Qual è la differenza tra il Mahayana e l'Hinayana? O più semplicemente perché uno è chiamato veicolo 'minore' e l'altro 'maggiore'. Questo non significa che il Mahayana sia più importante e, anche se lo fosse, il principio dei nomi 'Mahayana' ed 'Hinayana' non è basato su questo. Alcuni spiegano la differenza tra i due affermando che il Mahayana ha più compassione e l'Hinayana meno. Questo non è corretto. Non si può dire che l'Hinayana non ha abbastanza compassione. Nell'Hinayana vi è la realizzazione degli Arhat, che conoscono molto bene la condizione del *samsara*. Sanno molto bene quanto sia pesante la sofferenza degli esseri senzienti. Quindi come è possibile che non abbiano compassione? Il fatto che non hanno compassione non è vero.

Nell'Hinayana e nel Mahayana ci sono tre principi: il primo è chiamato la Base, che è la considerazione della condizione dell'individuo, la vera natura degli esseri senzienti. Nelle varie tradizioni vi sono differenti considerazioni di questo principio. Come è spiegato, per esempio, nel Mahayana ?

Dicono:

???????????????????? (gzhi bden gnyis zung 'jug)

significa che la Base sono le Due Verità, che è l'unione tra queste due perchè sono interdipendenti. Se ci sono buono e cattivo, sono sempre interdipendenti: se non ci fosse il

buono, il cattivo non esisterebbe. Se non vi fosse il cattivo, non esisterebbe il buono. Questo significa che sono interdipendenti. Quando diciamo 'Due Verità', significa che la verità della vera natura è la vacuità. Nell'insegnamento Sutra è chiamata *shunyata*, vacuità, la vera natura di tutte le cose. Questa è chiamata la Verità Assoluta, la vera natura della vacuità.

La Verità Relativa significa tutto quello che siamo, che vediamo e sentiamo, è la condizione relativa. Anche un essere illuminato come Buddha Shakyamuni, la cui vera natura è il Dharmakaya, lo stato di vacuità, possedeva tutte le qualificazioni e per questa ragione si è manifestato come un essere umano. Quando Buddha era un essere umano, era nella condizione relativa, non nella condizione assoluta. Per questa ragione, se oggi Buddha Shakyamuni fosse da qualche parte in India, potremmo andare lì e vederlo, proprio come nell'antichità, quando gli studenti del Buddha erano in contatto con lui. Questa è chiamata la condizione relativa.

(Nel Mahayana) si dice che la Base comprende la condizione relativa e la condizione della verità autentica. Nella condizione della verità autentica si spiega che tutti gli esseri senzienti hanno il seme o la natura di Buddha. Questo significa che, anche se sono nel *samsara*, soffrendo e trasmigrando, se seguono l'insegnamento di Buddha, la Via, hanno la possibilità di realizzarsi. È come possedere un biglietto della lotteria nazionale, si ha la possibilità di vincere, ma non c'è garanzia. Allo stesso modo, tutti hanno la natura di Buddha e c'è questa possibilità. Questa è la considerazione del Mahayana.

L'Hinayana non ha questa considerazione. L'Hinayana afferma che vi sono esseri senzienti che se sono fortunati hanno la natura di Buddha e incontrano l'insegnamento di Buddha, mentre la maggior parte degli esseri non la possiede e trasmigra all'infinito. In Tibetano questo è detto *????????* (*rigs chad*), che [letteralmente] significa non essere di quella famiglia, quella generazione. L'Hinayana ed il Mahayana discutono molto su questo. In ogni caso, nell'insegnamento Sutra, come Base si intende che abbiamo la natura di Buddha. Questo non significa che abbiamo la potenzialità o la qualificazione della realizzazione, solo la possibilità della natura del Buddha. Questo è il punto di vista della base del Sutra. Questo non vale solo per gli esseri umani, ma per tutti gli esseri senzienti. Anche una piccola formica che cammina per strada ha la natura del Buddha. Così questa la è Via del Sutra.

L'insegnamento Vajrayana non è stato insegnato direttamente o fisicamente da Buddha. Buddha si è manifestato in modi differenti, a volte come Buddha nella dimensione umana o in quella dei Deva. Ciò che ha trasmesso (non fisicamente) è l'insegnamento Vajrayana. Comunque, la maggior parte delle volte si è manifestato in modi differenti chiamati Sambhogakaya, la dimensione pura con l'essenza dei cinque elementi. Pensiamo alla manifestazione di Kalachakra. Noi diciamo che Kalachakra è un insegnamento di Buddha Shakyamuni, ma questo non significa che egli lo insegnò in una località in India. Alcune storie relative a Kalachakra dicono che, tre anni prima del Parinirvana, Buddha si manifestò come Kalachakra da qualche parte in India. Ma questa concezione è molto legata alle nostre idee umane. Una manifestazione Sambhogakaya non può esistere nel tempo perchè è al di là di tempo e spazio, è nella dimensione pura. E allora chi è Kalachakra? I Buddhisti pensano che sia Buddha Shakyamuni. A livello ordinario, Buddha Shakyamuni era un monaco. Ma

Kalachakra è l'unione di *yab* e *yum*, quindi come potrebbe essere fisicamente Buddha Shakyamuni? È una manifestazione (Sambhogakaya), altrimenti sarebbe una totale contraddizione. Non vi è contraddizione quando gli Esseri Illuminati manifestano nel Sambhogakaya. Dipende dal tipo di esperienza e attraverso questa esperienza essi trasmettono quella conoscenza in quel modo.

L'insegnamento del Tantra o Vajrayana è chiamato insegnamento Vajra. Perché è chiamato Vajrayana? L'Insegnamento che Buddha ha dato a Bodhgaya e in altri posti è chiamato Sutrayana. *Yana* significa veicolo, un veicolo per viaggiare verso la realizzazione totale. Tutti i differenti veicoli sono chiamati '*yana*' in sanscrito.

Questo è il simbolo di un *vajra* [Rinpoche regge un vajra]. La maggior parte delle persone pensa che questo sia un(vero) *vajra*, ma non lo è. Questo è il simbolo del vajra ed è presentato nel Vajrayana, o veicolo del *vajra*. Che cosa significa *vajra*? Al centro vi è una sfera, o palla, che rappresenta la nostra vera natura del Dharmakaya, al di là di ogni tipo di concetto o limitazione. Questa è la nostra vera natura quando diciamo Verità Assoluta. Il Vajrayana considera anche questo.

Nel Sutra la condizione relativa è solo ciò che vediamo ed sentiamo. Nelle pratiche e nella conoscenza del Vajrayana, la condizione relativa è divisa in due tipologie: la dimensione pura e quella impura. La dimensione pura è collegata alle manifestazioni degli Esseri Illuminati nella dimensione pura. La dimensione impura è la situazione samsarica in cui ci troviamo. Per questa ragione ci sono due livelli: nella parte superiore vi sono cinque punte, in quella inferiore vi sono cinque punte. Entrambe le dimensioni, pura ed impura, sono collegate al centro, perché questa è la natura di tutti gli esseri senzienti.

La maggior parte degli esseri senzienti ignora la propria vera natura. Non solo, ma ignora anche il livello superiore della dimensione pura. Credono in ciò che vedono e sentono con i loro organi dei sensi. Questa è la loro capacità. Quando chiudiamo gli occhi, non vediamo niente. Quando apriamo gli occhi, vediamo qualcosa. Che cosa vediamo? Tutto ciò che è prodotto dalla nostra dimensione karmica. Questa è la nostra dimensione impura: tutto ciò che entra in contatto con i nostri sensi quando vediamo, udiamo e pensiamo. Abbiamo continuamente contatto con soggetto e oggetto e trasmigriamo giorno dopo giorno in questo modo. E crediamo molto in questo.

Il Vajrayana ci fa comprendere. Per esempio, ci sono le manifestazioni dei cinque Dhyani Buddha nella dimensione pura. Nel Vajrayana abbiamo differenti tipi di manifestazioni, ma per quanto infinite, appartengono tutte a queste cinque famiglie, proprio come sono rappresentate nel *mandala*, dove al centro c'è la famiglia Buddha, che è maggiormente collegata al Dharmakaya e alla vera condizione. Quindi ad est c'è la famiglia Vajra, a sud la famiglia Ratna, a ovest la famiglia Padma, a nord la famiglia Karma. Tutte le manifestazioni sono incluse in queste cinque famiglie. In questo modo impariamo ad andare all'essenza.

Quando ignoriamo che la nostra vera natura è come quella dei cinque Dhyani Buddha nella dimensione pura, allora vediamo e sentiamo tutto in modo ordinario con la nostra visione karmica. Come base della nostra visione karmica abbiamo i cinque aggregati: forma,

sensazione, percezione, formazione mentale e coscienza. Questi sono simili ai cinque Dhyani Buddha nella dimensione pura. Quando sviluppiamo (gli aggregati) abbiamo tutti gli aspetti del *samsara*. Per questa ragione nel Vajrayana si prende il simbolo del *vajra*, perchè si dice che tutti hanno la potenzialità del *vajra* nella loro vera natura. Tutti gli insegnamenti Vajrayana hanno questa conoscenza, anche se alcuni possono essere più diretti, mentre altri meno. Anche i tantra inferiori riconoscono la natura del *vajra*, che significa molto più che il seme di Buddha.

Come è spiegata la natura di Buddha nel Vajrayana? La natura di Buddha è considerata come una potenzialità molto potente. Nessuno può distruggerla. Nessuno può cambiarla. Non può essere tagliata, è sempre stabile nella sua condizione ecc. Ci sono spiegazioni delle sue sette qualificazioni o aspetti. Questa è la Base, la condizione dell'individuo come è presentata nel Vajrayana. Visto che abbiamo questa base, di che cosa abbiamo bisogno? Dobbiamo ricevere l'iniziazione per potenziare lo stadio di sviluppo e lo stadio di completamento per arrivare in quello stato. La Base e la Via sono presentate in questo modo.

Nello Dzogchen la presentazione non è come quella del *Vajra*. Nell'insegnamento Dzogchen e nel Vajrayana ci sono due sistemi. Per esempio, la pratica principale del Vajrayana è la trasformazione, ossia trasformare la nostra dimensione impura in pura, come nel *mandala*. La nostra condizione individuale si trasforma in quella di una divinità.

Dopo aver ricevuto l'iniziazione, vi sono due sistemi per applicarla. Uno consiste nello sviluppare [la visualizzazione] lentamente, passo dopo passo. Un altro è quando, una volta ricevuta l'iniziazione e conoscendo la condizione della nostra vera natura, ci trasformiamo direttamente, istantaneamente.

Quando procediamo con la trasformazione graduale, questo si chiama sistema dell'Anuttara Tantra, in sanscrito. Quando ci trasformiamo istantaneamente, questo metodo è detto Anuyoga. Anche nell'Anuttara Tantra c'è il termine 'Anu', come nell'Anuyoga, che significa 'superiore', ossia che possiamo trasformarci in una divinità. Entrambi questi metodi furono originariamente insegnati da Guru Padmasambhava in Tibet nell'Ottavo secolo. Da allora questa conoscenza si è sviluppata nella tradizione buddhista, in particolare il metodo dell'Anuyoga dove non ci si trasforma gradualmente ma istantaneamente. Ma oggi questa tradizione e questo metodo sono mantenuti solo nella scuola Nyingmapa.

In Tibet vi sono quattro scuole ufficiali nella tradizione Vajrayana: inizialmente si sviluppò la tradizione Nyingmapa, la più antica, in seguito le tradizioni Sakyapa, Kagyupa e Gelugpa. Tutte seguono l'insegnamento Vajrayana. Ovviamente in Tibet vengono seguite e applicate tutte le tradizioni buddhiste, comprese l'Hinayana e il Mahayana, e hanno questa conoscenza della Base. Quando andiamo ad un livello elevato di insegnamento, non dobbiamo essere chiusi ma comprendere tutte le tradizioni inferiori e padroneggiarle. Non dobbiamo fermarci e pensare che non vogliamo imparare le altre tradizioni perchè riteniamo di seguire un sentiero elevato, ignorando l'esistenza di altri insegnamenti elevati. Per questa ragione nel Vajrayana si conoscono molto bene l'Hinayana e il Mahayana, si applicano e si usano anche se il principio è la pratica del Vajrayana.

Le pratiche del Vajrayana nelle tradizioni Sakyapa, Gelugpa e Kagyupa sono chiamate Anuttara Tantra, o la via della trasformazione graduale. Per esempio, se si riceve una iniziazione del sistema Anuttara Tantra, come il Kalachakra, e si è interessati a fare la pratica, c'è un libretto chiamato la *sadhana* per apprendere come farla. Si inizia con il rifugio e il *bodhicitta*, quindi è spiegato come ci si deve trasformare nello stadio di sviluppo, quindi lo stato di completamento ecc. Così si legge questo libro passo dopo passo e si fanno tutte quelle cose, costruendo lentamente la manifestazione. Questo è chiamato il metodo graduale.

L'Anuyoga non ha bisogno di questo, perchè non considera che la vera natura di un praticante sia solo il *vajra*. Nell'Anuyoga la Base è la stessa dello Dzogchen: noi possediamo sin dall'inizio lo stato perfezionato, abbiamo tutte le qualificazioni. Quindi abbiamo tutto questo, nell'Anuyoga riceviamo una iniziazione da un maestro, che ci introduce e abbiamo la potenzialità totale. Ora che sappiamo di avere questa potenzialità, che bisogno c'è di costruire qualcosa? Non ce n'è bisogno. Ci serve solo la causa secondaria che è l'iniziazione, già ricevuta, e le istruzioni per sapere come trasformarsi, per esempio qual è l'aspetto di Kalachakra. Questo è esattamente come un riflesso che si manifesta nello specchio. Lo specchio ha infinite potenzialità di riflettere. Allo stesso modo, nella nostra condizione, abbiamo la potenzialità infinita delle qualificazioni auto-perfezionate. Quando sappiamo questo, noi stiamo semplicemente in quello stato, non c'è ragione di costruire o creare alcunché. Questa è la differenza tra l'Anuyoga e l'Anuttara Tantra.

Nello Dzogchen, quando eseguiamo qualsiasi tipo di pratica, se usiamo la trasformazione usiamo soprattutto il sistema Anuyoga perché è più facile. Quando parliamo della Base nell'insegnamento Dzogchen, questo significa che stiamo parlando dello stato auto-perfezionato sin dall'origine. Che cosa è lo Dzogchen? È la non-dualità di *kadag* e *Ihundrub*. La non-dualità della vacuità e delle sue infinite qualificazioni, questa è la vera natura. Anche se usiamo qualcosa come la trasformazione o siamo nello stato di contemplazione, stiamo dimorando direttamente in quello stato perchè questa è la nostra condizione. Nell'insegnamento Dzogchen è presentata in questo modo.

Trascritto ed editato da L. Granger